

**PENGARUH KECEPATAN, KELINCAHAN, DAN PERCAYA DIRI
TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN
SEPAKBOLA PESERTA DIDIK SMPN 3 WATANSOPPENG**

***THE INFLUENCE OF SPEED, AGILITY, AND SELF CONFIDENCE
OF STUDENS ON DRIBBLE SKILLS IN FOOTBALL AT
SMPN 3 WATANSOPPENG***

Iqbal Faisal

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga Program Pascasarjana
Universitas Negeri Makassar

Faisal.iqbal2109@gmail.com

Abstract. *The Influence of Speed, Agility, and Self confidence of Students on Dribble Skill in football at SMPN 3 Watangsoppeng (Supervised By Suwardi And Irfan).*

The study aims at examining the influence of speed, agility, and self confidence of students on dribble skill in football at smpn 3 watangsoppeng. The study is descriptive research. The populations of the study were 364 students at SMPN 3 Watansoppeng. The research samples were 30 students at SMPN 3 Watansoppeng. Data were analyzed using correlation technique and regression using SPSS version 16.00 at the significant level 95% or 0.05.

The results of the study reveal that in each structure 1) there is influence of speed on self confidence of students at SMPN 3 Watansoppeng with coefficient path -0.419 and ($P < 0.05$); 2) there is agility on self confidence of students at SMPN 3 Watansoppeng with coefficient path -0.380 and ($P < 0.05$); 3) there is influence of speed on dribble skills of students in football with coefficient path 0.373 and ($P < 0.05$); 4) there is agility on dribble skills of students in football at SMPN 3 Watansoppeng with coefficient path 0.312 and ($P < 0.05$); 5) there is influence of self confidence on dribble skills of students in football at SMPN 3 Watansoppeng with coefficient path -0.325 and ($P < 0.05$).

Keywords: *Speed, Agility, Self Confidence, Dribble Skill*

Abstrak. Pengaruh kecepatan, kelincahan dan percaya diri terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng”. Tesis. Program Studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Pascasarjana Universitas Negeri Makassar. (Dibimbing oleh. Suwardi dan Irfan).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecepatan, kelincahan dan percaya diri terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng. Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif. Populasi penelitian ini adalah berjumlah 364 peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng. Sampel penelitian 30 peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi dan regresi dengan menggunakan SPSS Versi 16.00 pada taraf signifikan 95 % atau 0,05

Hasil penelitian menunjukkan pada masing-masing struktur, bahwa 1) ada pengaruh kecepatan terhadap percaya diri peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng, dengan nilai koefisien jalur sebesar -0,419 dan ($P < 0.05$). 2) ada pengaruh kelincahan terhadap percaya diri peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng, dengan koefisien jalur sebesar -0,380 dan ($P < 0.05$). 3) ada pengaruh kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola , dengan koefisien jalur sebesar -0,373 dan ($P < 0.05$). 4) ada pengaruh kelincahan terhadap kemampuan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng, dengan koefisien jalur sebesar 0,312 dan ($P < 0.05$). 5) ada pengaruh percaya diri terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng, dengan koefisien jalur sebesar 0,366 dan ($P < 0.05$).

Kata Kunci : kecepatan, kelincahan, percaya diri, kemampuan menggiring bola

A. PENDAHULUAN

Pendidikan Dalam permainan sepakbola terdapat beberapa teknik yang merupakan dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain agar dapat bermain dengan baik guna menunjang peningkatan prestasi, seperti menendang bola, menyundul bola, menggiring bola, dan sebagainya. Namun dalam hubungannya dengan penelitian ini hanya terfokus pada satu teknik saja yakni teknik menggiring bola.

Teknik menggiring bola merupakan teknik yang sangat penting dalam permainan sepakbola karena dapat menunjang terciptanya gol dalam suatu pertandingan. Seperti halnya seorang pemain yang sukses menggiring bola dalam usahanya keluar dari kawalan lawan pada saat berada di depan gawang akan memberikan peluang yang besar untuk menciptakan gol karena keberhasilannya menggiring bola dengan melewati lawan yang menghalang menuju kedaerah kosong membuat posisinya bebas dan leluasa dalam melakukan tendangan ke gawang.

Untuk mencapai kesuksesan menggiring bola dalam usaha keluar dari kawalan lawan, maka pemain tersebut harus mampu melakukan gerakan menggiring bola secara berkelok-kelok atau gerakan berubah arah secara tiba-tiba dengan cepat karena dengan gerakan-gerakan yang seperti ini akan memudahkan dalam melewati lawan yang menghadang.

Perlu diketahui bahwa kemampuan menggiring bola seperti yang diuraikan di atas, tidak dapat

terjadi tanpa didukung oleh beberapa unsur yang dapat menunjang, salah satu yang paling dominan adalah unsur kemampuan fisik. Hal ini disebabkan karena tanpa kemampuan fisik yang memadai sulit untuk mengembangkan teknik menggiring yang baik. Begitu pula sebaliknya dengan kemampuan fisik yang baik maka pelaksanaan teknik gerakan menggiring akan dapat ditampilkan secara sempurna.

Unsur-unsur kordinasi fisik yang perlu dilatih dan ditingkatkan sesuai dengan cabang olahraga masing-masing sesuai dengan kebutuhannya dalam permainan maupun pertandingan. Dalam peningkatan kondisi fisik maka perlu dilatih dengan beberapa unsur fisik, sedangkan unsur fisik umum meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelentukan. Sedangkan unsur fisik meliputi stamina, daya ledak, reaksi, kordinasi, ketepatan, dan keseimbangan. Tiap-tiap cabang olahrag mempunyai sifat tertentu dan pesertanya harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Seorang pemain sepakbola harus memiliki dan menguasai teknik bermain yang baik terutama teknik menggiring bola, yang diperlukan adalah teknik menggiring bola (*dribbling*). Yang perlu dilatih dengan posisi yang cukup disamping itu untuk mengecoh lawan saat menguasai bola perlu memiliki kecepatan dan kelincahan tubuh untuk menghindari sergapan lawan.

Kecepatan dan kelincahan sangat dibutuhkan oleh seorang pemain sepakbola dalam menghadapi situasi tertentu dan kondisi pertandingan yang menuntut unsur

kecepatan dan kelincahan dalam bergerak untuk menguasai bola maupun dalam bertahan untuk menghindari benturan yang mungkin terjadi. Kecepatan dan pertahanan dapat dilatih secara bersama-sama baik dengan bola maupun tanpa bola. Bagi seorang pemain sepakbola situasi yang berbeda-beda selalu dihadapi dalam tiap pertandingan, juga seorang pemain sepakbola menghendaki gerakan yang indah dan cepat sering dilakukan unsur kecepatan dan kelincahan.

Teknik dalam permainan sepakbola meliputi 2 macam teknik yaitu, Teknik dengan bola dan tanpa bola. Teknik dasar bermain sepakbola yang harus dikuasai meliputi menendang bola, menghentikan bola, mengontrol bola, gerak tipu, tacking, lemparan kedalam dan melindungi bola dengan kaki untuk terus dibawa diantaranya adalah menjaga dan melindungi bola dengan kaki untuk terus dibawa kedepan disebut juga menggiring (*dribbling*). Menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus kedepan memainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik.

Menggiring bola adalah: menggiring bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan. *Dribbling* memerlukan keterampilan yang baik dan dukungan dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula seperti keseimbangan dan kelincahan dapat memberikan kemampuan gerak lebih cepat. Dengan metode ulang yang banyak maka kemampuan *dribbling*

yang lincah dan cepat dapat dicapai dan ditampilkan dalam pertandingan.

Penguasaan keterampilan menggiring bola selain membutuhkan kecepatan dan kelincahan sebagai aspek penunjang, pada dasar juga memerlukan aspek lain yang bersifat psikis, yakni percaya diri. Dimana aspek psikis ini dianggap bisa mempengaruhi tingkat keterampilan menggiring bola pada dalam pengambilan keputusan atau suatu gerakan oleh individu itu.

Seperti telah dikemukakan sebelumnya, bahwa sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat populer di Sulawesi Selatan, termasuk dikalangan murid-murid SMPN 3 Watansoppeng gemar bermain sepak bola. Namun dari hasil observasi nampaknya tidak menampakkan satu teknik dasar bermain yang benar terutama dalam hal kemampuan menggiring bola, murid-murid menggiring bola dengan kontrol bola yang masih kurang (bola masih kurang terkontrol oleh kaki), bola dari kaki kekaknya masih memberikan ruang bagi lawan untuk menutup pergerakan ketika murid membawa bola, dan ketika spring dengan lawan menggiring bola murid memiliki kecepatan lari yang masih kurang. Dengan melihat penampilan dan semangat para murid didalam mengikuti suatu pertandingan sepak bola hanya dijadikan sebagai kesenangan saja.

Salah satu faktor yang dapat menunjang dan berpengaruh pada prestasi olahraga sepak bola adalah kemampuan fisik. Hal ini terlihat di saat pertandingan berlangsung murid-murid kurang dapat menggiring bola dengan benar

terlebih-lebih menjelang waktu pertandingan usai, bola yang diberikan oleh kawannya tidak dapat digiring, sehingga dalam situasi yang terjepit bola hanya di oper atau ditembak begitu saja tanpa memperhitungkan situasi yang matang.

Untuk mengkaji hal tersebut, tentang pengaruh kemampuan fisik dalam meningkatkan prestasi permainan sepak bola dikalangan murid disekolah itu khususnya kemampuan menggiring bola maka diperlukan berbagai upaya. Upaya itu perlu dikembangkan dengan melalui pendekatan ilmiah.

Menggiring bola dalam permainan sepakbola ditentukan oleh penguasaan bola dengan baik, yakni bola harus sedekat mungkin pada kaki. Untuk dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, dibutuhkan kemampuan fisik yang relevan untuk dapat mengembangkan kemampuan pemain, sehingga dalam melakukan gerakan menggiring bola tidak nampak kaku dan tidak terjadi pemborosan tenaga disamping itu perlu membawa bola dengan cepat agar tidak dapat direbut oleh lawan. Pemain yang memiliki hal tersebut dan menguasai teknik menggiring itu sendiri, akan dapat mengatasi situasi.

Dalam hal ini yang di maksudkan adalah kecepatan, kelincahan dan percaya diri dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola. Ketiga hal tersebut, merupakan faktor yang sangat erat hubungannya dengan kemampuan menggiring dalam permainan sepakbola.

Kecepatan merupakan unsur fisik yang sangat menunjang dalam proses menggiring bola, tanpa memiliki kecepatan lari seseorang atau pemain akan lambat dalam melakukan serangan, artinya menggiring bola memerlukan proses berlari dan bergerak dengan cepat.

Kelincahan adalah suatu bentuk gerakan yang mengharuskan seseorang atau pemain untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas. Pemain yang lincah adalah pemain yang memiliki kemampuan untuk mengubah arah posisi tubuh dengan cepat dan tepat.

Percaya diri ialah rasa percaya terhadap kemampuan atau kesanggupan diri untuk mencapai prestasi tertentu, Salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga yang gemilang adalah percaya diri.

Menggiring bola adalah membawa bola lari dari tempat ke tempat lainnya dengan cara mengontrol bola dari kaki bila ruang gerak sempit, karena lawan menutup daerahnya. Dengan demikian teknik menggiring bola dapat di atur sesuai dengan situasi dan kemungkinan penggunaannya dalam permainan sepakbola. Dalam memenuhi kebutuhan tersebut pemain harus memiliki terutama unsur kecepatan lari terutama kelincahan dalam memainkan bola. Dalam situasi-situasi tertentu, seperti pada waktu terjadi serangan balik unsur kelincahan dan kecepatan bergerak sangat di perlukan oleh semua pemain sehingga dapat menguasai bola dan menggiringnya apabila

dapat berusaha melewati beberapa lawan menerobos pertahanan lawan hingga dapat melakukan tembakan kegawang.

Berdasarkan pemikiran tersebut, maka penulis bermaksud, untuk mengetahui secara pasti melalui prosedur ilmiah akan kebenaran tentang adanya hubungan kecepatan lari, kelincahan dan percaya diri dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Dalam penelitian ini murid SMPN 3 Watansoppeng sebagai populasi. Dimana saran adanya prasarana olahraga cukup memadai, seperti tersediannya lapangan untuk bermain sepak bola, dan juga tersedianya bola sepak serta olahraga sepak bola diajarkan di Sekolah tersebut sebagai pelajaran ekstrakurikuler dengan murid cukup tertib dalam proses belajar mengajar sehingga memungkinkan untuk mengadakan penelitian di Sekolah tersebut dengan judul “Pengaruh kecepatan, kelincahan dan percaya diri dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola peserta didik SMPN 3 Watansoppeng.”

B. KAJIAN PUSTAKA

1. Kecepatan

Dalam berbagai cabang olahraga kecepatan merupakan komponen fisik yang esensial. Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan sejenisnya secara berturut-turut dalam waktu sesingkat-singkatnya. Menurut Moch Sajoto dalam Apta Mylsidayu & Febi Kurniawan (2015:115) Menyatakan

bahwa : “ Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan-gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dan waktu sesingkat-singkatnya”. Sedangkan Menurut Harsono dalam Mylsidayu & Kurniawan (2015:114) mengemukakan bahwa: Kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenisnya secara berturut-turut dalam waktu sesingkat-singkatnya atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Menurut, Widiastuti (2017:16) Kecepatan adalah: kemampuan berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan bersifat lokomotor, dan gerakannya bersifat siklik (satu jenis gerak yang dilakukan berulang-ulang seperti lari dan sebagainya), atau kecepatan gerak bagian tubuh seperti melakukan pukulan. Kecepatan penting tidak khas saja bagi anak-anak terutama pada saat mereka bermain di Sekolah maupun di Rumah juga bagi mereka yang sudah dewasa untuk dapat tetap menjaga mobilitasnya. Sedangkan menurut, Sukadiyanto & Dangsina Muluk (2011: 116) Kecepatan merupakan salah satu komponen dasar biomotor yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga. Setiap aktifitas olahraga baik yang bersifat permainan, perlombaan, maupun pertandingan selalu memerlukan komponen biomotor kecepatan. Untuk itu kecepatan merupakan salah-satu unsur biomotor dasar yang harus dilatih dalam upaya mendukung

pencapaian prestrasi olahragawan. Pada umumnya latihan kecepatan dilakukan setiap olahragawan dilatih ketahanan dan kekuatan.

Kecepatan adalah kemampuan bergerak secara berturut-turut untuk menempuh suatu jarak dalam satu selang waktu. Pada jarak tempuh yang sama, semakin singkat waktu tempuh, kecepatan yang di hasilkan akan semakin baik. Dalam melatih kecepatan perlu di sertai dengan latihan untuk meningkatkan kelenturan, kekuatan, dan daya tahan.

Dari uraian diatas dapat dikatakan bahwa kecepatan adalah kemampuan fisik untuk bergerak dalam waktu sesingkat mungkin, kecepatan bukan berarti menggerakkan seluruh anggota tubuh dengan cepat akan tetapi dapat pula terbatas pada anggota tubuh yang lain.

Kecepatan memegang peranan yang sangat penting dalam menunjang prestasi seorang pemain. Dalam olahraga ada tiga jenis kecepatan.

Kecepatan yang juga sebagai salah satu kemampuan dasar yang telah dimiliki oleh setiap orang, namun intensitasnya berada sehingga dipengaruhi oleh latihan yang dilakukan juga perbedaan seseorang dengan orang lain dipengaruhi oleh jenis otot yang dimiliki, banyaknya jaringan otot terlibat dan ukuran dari otot.

2. Kelincahan

Menurut Harsono dalam Mylsidayu & Kurniawan (2015: 147)

Kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dari posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Sedangkan menurut Widiaastuti (2017:16) Kelincahan adalah: kemampuan untuk mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan bersama-sama dengan gerakan lainnya. Bagi anak kelincahan merupakan komponen kesegaran jasmani yang harus dimiliki. Dari uraian sebelumnya dapatlah dikatakan bahwa permainan (atlet) cabang olahraga tertentu yang memiliki kelincahan tingkat yang tinggi akan terlihat begitu menonjol dalam melakukan gerak dalam arena pertandingan, luwes dan geset dalam bereaksi misalnya menggiring bola, serta akan mudah disaat mengatasi gangguan yang dilakukan oleh pemain lawan.

3. Percaya Diri

Kepercayaan diri berasal dari kata latin “*con*” yang arti untuk dan “*fidere*” yang artinya percaya (*trust*). Jadi *confidence* diartikan sebagai atribut yang dimiliki seseorang yang mempercayai kemampuan dan penilaian mereka sendiri, percaya diri, yakin dan terkadang berani menurut cashmore dalam Miftahul Jannah Juriana (2017:157). Menurut Weingberg & Gould (1995) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan sebuah keyakinan bahwa diri atlet memiliki kemampuan untuk menampilkan apa yang diinginkan dengan sukses. The Amerika Heritage Dictionary mendefinisikan kepercayaan diri

sebagai “kenyakinanyang kuat akan kekuatan, kemampuan, atau kapasitas seseorang.pemahaman tentang percaya diri pada situasi tertentu (*situation specific self confidence*) kerpercayaan global lebih banyak dimunculan karena aspek kepribadian atau kecenderungan yang melekat. Seseorang yang tampak percaya diri pada situasi global, belum tentu mampu tampil percaya diri dalam situasi olahraga.

Percaya diri dalam olahraga adalah kepercayaan diri yang diterapkan dalam situasi olahraga. Kepercayaan diri secara konsisten didefinisikan sebagai pengaruh yang sangat penting dalam pencapaian performa olahraga. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri olahraga berarti memiliki kepercayaan bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk memenuhi tuntutan kemampuan fisik dan keterampilan motorik sesuai tugas yang dibutuhkan dalam olahraga tersebut. Banyak orang berfikir bahwa kepercayaan diri adalah keterampilan yang ditunjukkan oleh atlet, namun kenyataannya, kepercayaan diri adalah sebuah pondasi yang dibangun seiring dengan perkembangan motivasi. Menurut Husdarta (2011:92) Salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga yang gemilang adalah memiliki percaya diri (*self confidence* atau *confidence in oneself*). Secara sederhana percaya diri berarti rasa percaya terhadap kemampuan atau kesanggupan diri untuk mencapai prestasi tertentu. Menurut Hornby dalam Husdarta (2011: 92).

Over confidence atau percaya diri yang berlebihan dapat berakibat

kurang mengentungkan bagi seseorang karena konkomitan dengan tubuhnya *over confidence* muncul pura rasa dan pikiran “menganggap enteng” lawan. Disisi lain *over confidence* dapat menyebabkan seorang siswa/atlet mudah mengalami frustrasi jika ia dikalahkan lawannya.

Seperti halnya *over confidence*, *lack confidence* atau kurang percaya diri terhadap kemampuan diri dapat berakibat kurang baik, seorang siswa/atlet yang memiliki *lack confidence* tidak akan mencapai tangga juara, karena sasaran atau target yang ditetapkan lebih rendah dari kemampuan yang dimilikinya. Untuk sampai pada tangga juara yang paling tinggi seorang siswa/atlet harus *full confidence*, karena sikap mental seperti ini akan sangat membantu siswa/atlet dalam proses adaptasi menghadapi ketegangan yang berlebihan memantapkan *emotional*, berusaha memantapkan target yang ditetapkannya sendiri, dan menghindarkan atlet dari perasaan frustrasi karena kegagalan.

Menurut Kamaruddin dalam tesis Asdar Asis (2015: 28) bahwa “untuk menapai prestasi puncak siswa perlu memiliki kepercayaan diri, karena kepercayaan diri memiliki korelasi yang signifikan terhadap peningkatan performa siswa”

4. Kemampuan Menggiring Bola

Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepakbola, tidak heran

jika para pengamat sepakbola khususnya mengatakan mahir seorang pemain dapat dilihat pada bagaimana seorang pemain tersebut menggiring bola. *Dribbling* atau menggiring bola pada prinsipnya menggulirkan bola secara terus menerus diatas tanah dengan menggunakan kaki. Berkaitan dengan menggiring bola Yoseph A. Luxbacher (1997:47) menyatakan, “menggiring bola adalah sebagai seni dari keterampilan sepakbola, anda dapat mengembangkan gaya anda sendiri, menggunakan cara yang anda inginkan, selama tetap mengalahkan lawan sambil menguasai bola”. Sedangkan menurut Soekatamsi (1984:158) ”Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus diatas tanah”. Berdasarkan pengertian menggiring bola yang dikemukakan kedua ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, *dribbling* atau menggiring bola merupakan usaha seorang pemain untuk menggulirkan bola secara terus menerus diatas tanah sambil berlari dengan menggunakan kaki untuk membawa bola dari satu daerah permainan ke daerah permainan lainnya dengan menggunakan berbagai cara jika mendapat hadangan dari lawan sehingga dapat melepaskan diri dan bola tetap dalam penguasaannya.

Pada saat melakukan *dribbling* tidak lepas dari hadangan lawan. Untuk melepaskan diri dari hadangan lawan saat menggiring bola dibutuhkan kemampuan gerak tipu untuk mengelabui lawan atau berimprovisasi. Remmy Muchtar (1999:43) menyatakan, ”tujuan gerak

tipu yaitu untuk menipu lawan dengan gerakan-gerakan menggiring, sehingga pemain yang menguasai bola tersebut dapat melampaui lawan “. Berdasarkan pendapat tersebut menunjukkan bahwa, pada saat menggiring bola selalu menghadapi situasi yang sulit yaitu mendapat hadangan dari lawan untuk melepaskan hadangan dari lawan kemampuan gerak tipu atau gerakan-gerakan mengoceh lawan sangat penting. Untuk mengoceh lawan saat menggiring bola yaitu dengan mengubah arah atau kecepatannya, sehingga lawan sulit menghadangnya kemudian mempunyai peluang untuk mengoper bola atau menembak bola ke gawang lawan.

Dalam menggiring bola seorang pemain harus dapat merubah arah dan melewati lawan dengan cepat serta dapat menggunakan seluruh bagian kakinya sesuai dengan yang ingin dicapai. Untuk dapat melakukan semua itu sangat dibutuhkan unsur fisik yang baik karena dukungan fisik yang baik diharapkan seorang pemain atau atlet akan dapat bermain dengan baik pula. Menggiring bola merupakan salah satu bentuk keterampilan yang memiliki unsur gerakan yang cukup kompleks. Untuk mendukung kemampuan menggiring bola, seorang pemain harus memiliki beberapa kemampuan tidak hanya tungkai sebagai faktor terpenting disaat menggiring bola tetapi kemampuan kondisi fisik seperti kelincahan juga sebagai faktor penentu keberhasilan seorang pemain dalam menguasai bola agar tidak mudah kehilangan bola atau direbut

lawan sehingga dapat menciptakan peluang untuk menghasilkan gol.

C. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah jenis penelitian *ex post facto* menurut Rahayu (2013: 11) mengatakan: “penelitian *ex post facto*, peneliti menyelidiki permasalahan dengan mempelajari atau meninjau variabel-variabel”. Variabel terikat dalam penelitian seperti ini segera dapat diamati dan persoalan utama peneliti selanjutnya adalah menemukan penyebab yang menimbulkan akibat tersebut. Lokasi penelitian yang akan di laksanakan pada seorang peneliti yaitu di SMP Negeri 3 Kabupaten Watansoppeng.

Sehubungan dengan penelitian ini, maka perlu memberikan penjelasan tentang definisi operasioanl variabel sebagai berikut.

Kecepatan lari 50 meter adalah kemampuan seseorang melakukan gerakan kaki melangkah ke depan dengan cepat yang dilakukan secara siklik dengan menempuh jarak sejauh 50 meter sesingkat mungkin. Kecepatan lari ini ditemukan dengan tes kecepatan lari 50 meter, dengan satuan ukuran adalah detik, dengan menggunakan stopwatch.

Kelincahan adalah kemampuan merubah arah dan posisi pada saat bergerak atau berlari hampir pada kecepatan maksimal, seperti membelok, membalik arah secara cepat dan sebagainya. Kelincahan ditemukan dengan tes kemampuan lari bolak-balik (*shuttle run*), dengan jarak 10 meter dan

balok 2 buah, Waktu yang di hasilkan selama menempatkan 2 balok diluar garis batas, dengan menggunakan stopwatch.

Percaya diri adalah sebuah keyakinan yang kuat akan kekuatan, kemampuan, atau kapasitas seseorang. Kepercayaan diri dalam olahraga (*sprot confidence*) adalah kepercayaan diri yang diterapkan dalam situasi olahraga. Percaya diri di dilihat melalui pertanyaan (angket) dengan berapa indikator; memahami diri, mencintai diri, mengharagai diri, kepercayaan diri, target juara, dan *over confidence*.

Kemampuan menggiring bola adalah kemampuan seseorang membawa bola dengan cara menggiring secara cepat dan tepat dengan melewati beberapa rintangan yang telah ditentukan tanpa kehilangan koordinasi mata kaki. Satuan yang di gunakan adalah detik, dengan menggunakan stopwatch.

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan jumlah siswi kelas VIII SMP Negeri 3 Watansoppeng yang berjumlah 364 orang siswi. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah *random sampling*. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 30 orang siswi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran yang meliputi; Pengukuran kecepatan lari 50 meter dengan mengukur kecepatan lari peserta didik menggunakan stopwatch, tes kelincahan (*shuttle run*) dengan mengukur waktu tercepat penyelesain gerakan, tes percaya diri dengan angket untuk

mengukur tingkat kepercayaan peserta didik dengan pilihan jawaban setuju, sangat setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju, nilai 1 sampai 5 skor dengan indikator: memahami diri, mencintai diri, mengharagai diri, kepercayaan diri, target juara, dan *over confidence*. Kemampuan menggiring bola adalah kemampuan seseorang membawa bola dengan cara menggiring secara cepat dan tepat dengan melewati beberapa rintangan yang telah ditentukan tanpa kehilangan koordinasi mata kaki. Satuan yang digunakan adalah detik, dengan menggunakan stopwatch.

Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif, uji persyaratan meliputi uji normalitas dan linearitas data, dan regresi ganda

D. HASIL PENELITIAN

Data hasil tes kecepatan, kelincahan, percaya diri, kemampuan menggiring bola akan dianalisis dengan teknik statistik deskriptif dan statistic inferensial. Statistik deskriptif dan persentase dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian setiap variabel. Sedangkan statistic infrensial dimaksudkan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini. Namun sebelum dilakukan analisis untuk menguji hipotesis dilakukan pengujian persyaratan analisis dengan uji normalitas dan linearitas data.

1. Analisa deskriptif

Adapun hasil analisis deskriptif kecepatan diuraikan sebagai berikut: N atau jumlah data 30. *Mean* atau

nilai rata-rata 6,87, *Median* atau nilai tengah 6,68, *Mode* atau nilai yang paling sering muncul 5,20, *Standart deviation* 1,51, *Range* 5.04, nilai *max* 10,17, nilai *min* 5,13, *Sum* atau jumlah keseluruhan data 206,18.

Adapun hasil analisis deskriptif kelincahan diuraikan sebagai berikut: N atau jumlah data 30. *Mean* atau nilai rata-rata 11,66, *Median* atau nilai tengah 11,52, *Mode* atau nilai yang paling sering muncul 10,50, *Standart deviation* 1,23, *Range* 4,44, nilai *max* 14,49, nilai *min* 10,05, *Sum* atau jumlah keseluruhan data 349,88.

Adapun hasil analisis deskriptif percaya diri diuraikan sebagai berikut: N atau jumlah data 30. *Mean* atau nilai rata-rata 128, *Median* atau nilai tengah 128, *Mode* atau nilai yang paling sering muncul 111, *Standart deviation* 14,11, *Range* 50, nilai *max* 151, nilai *min* 101, *Sum* atau jumlah keseluruhan data 3869.

Adapun hasil analisis deskriptif kemampuan menggiring bola diuraikan sebagai berikut: N atau jumlah data 30. *Mean* atau nilai rata-rata 22,39, *Median* atau nilai tengah 22,20, *Mode* atau nilai yang paling sering muncul 19,16, *Standart deviation* 1.84, *Range* 6,34, nilai *max* 25,50, nilai *min* 19,16, *Sum* atau jumlah keseluruhan data 671,88.

2. Uji normalitas data lilifor

Oleh karena pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik dengan teknik analisis jalur (*path analisis*), maka perlu dilakukan uji persyaratan analisis. Adapun uji persyaratan yang dimaksud, meliputi: (1) uji normalitas dengan menggunakan uji *Lilliefors*; dan (2) Uji linearitas.

Untuk melihat apakah data yang diperoleh dari masing-masing variabel penelitian, normal atau tidak, maka pengujian diketahui melalui hasil dari harga L_{hitung} (L_o) tertinggi dari kelompok variabel yang diteliti lebih kecil dari pada L_{tabel} (L_t) dalam daftar, sehingga data tersebut dikatakan berdistribusi normal.

Sebagai penjelasan dari L_{hitung} (L_h), maka yang dimaksud dengan L_{hitung} (L_o) adalah selisih antara harga mutlak terbesar antara peluang skor baku atau $([F(z_i) - S(z_i)])$. Untuk lebih jelasnya akan disajikan hasil perhitungan normalitas dari variabel yang diteliti dengan menggunakan uji liliefors pada signifikansi $\alpha = 0.05$.

Hasil pengujian normalitas data dengan menggunakan uji *lilifor* menunjukkan hasil sebagai berikut;

Pengujian Normalitas Variabel Kecepatan (X_1). Hasil perhitungan uji normalitas variabel kecepatan secara keseluruhan dengan $n = 30$ didapat L_h sebesar $= 0.08183$ dan $L_t = 0.161$. Dengan demikian karena L_h lebih kecil dari L_t maka dapat disimpulkan bahwa variabel kecepatan secara keseluruhan berasal dari populasi berdistribusi normal.

Pengujian Normalitas Variabel Kelincahan (X_2). Hasil perhitungan uji normalitas variabel kelincahan secara keseluruhan dengan $n = 30$, diperoleh L_h sebesar $= 0.08429$ dan $L_t = 0.161$. Dengan demikian karena L_h lebih kecil dari L_t maka dapat disimpulkan bahwa variabel kelincahan secara keseluruhan berasal dari populasi berdistribusi normal.

Pengujian Normalitas Variabel Percaya diri (X_3). Hasil perhitungan uji normalitas variabel percaya diri secara keseluruhan dengan $n = 30$, diperoleh L_h sebesar $= 0.10988$ dan $L_t = 0.161$. Dengan demikian karena L_h lebih kecil dari L_t , maka dapat disimpulkan bahwa variabel percaya diri secara keseluruhan berasal dari populasi berdistribusi normal.

Pengujian Normalitas Variabel Kemampuan menggiring Bola (Y). Hasil perhitungan uji normalitas variabel kemampuan menggiring bola secara keseluruhan dengan $n = 30$ didapat L_h sebesar $= 0.04325$ dan $L_t = 0.161$. Dengan demikian karena L_h lebih kecil dari L_t maka dapat disimpulkan bahwa variabel kemampuan menggiring bola secara keseluruhan berasal dari populasi berdistribusi normal.

3. Uji Linearitas Data

Sebuah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini perlu diuji dan dibuktikan melalui data empiris yang diperoleh di lapangan melalui tes dan pengukuran terhadap seluruh variabel yang diteliti. Karena data penelitian ini mengikuti sebaran normal, maka untuk menguji hipotesis penelitian ini digunakan analisis statistik parametrik dengan menggunakan analisis linearitas. Analisis linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak linear secara signifikan. Salah satu persyaratan suatu data dikatakan linear apabila P_{value} lebih besar dari 0,05 ($P_{value} > 0,05$). Adapun hasil linearitas antar variabel dalam penelitian ini adalah

sebagai berikut :

untuk uji linearitas variable kemampuan menggiring bola (Y) atas, variabel kecepatan (X_1), diperoleh F_{hitung} (T_c) 0.940 dengan p-value = $0.618 > 0,05$., ini berarti H_0 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bentuk persamaan regresi Y atas X_1 adalah linear.

untuk uji linearitas regresi variable kemampuan menggiring bola (Y) atas, variabel kelincahan (X_2), diperoleh F_{hitung} (T_c) 0.343 dengan p-value = $0.946 > 0,05$., ini berarti H_0 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bentuk persamaan regresi Y atas X_2 adalah linear.

untuk uji linearitas regresi variabel kemampuan menggiring bola (Y) atas variable percaya diri (X_3), diperoleh F_{hitung} (T_c) 0.541 dengan p-value = $0.864 > 0,05$., ini berarti H_0 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bentuk persamaan regresi Y atas X_3 adalah linear.

untuk uji linearitas regresi variable percaya diri (X_3) atas, variabel kecepatan (X_1), diperoleh F_{hitung} (T_c) 1.072 dengan p-value = $0.560 > 0,05$., ini berarti H_0 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bentuk persamaan regresi X_3 atas X_1 adalah linear.

untuk uji linearitas regresi variable percaya diri (X_3) atas, variabel kelincahan (X_2), diperoleh F_{hitung} (T_c) 3.411 dengan p-value = $0.170 > 0,05$., ini berarti H_0 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bentuk persamaan regresi X_3 atas X_2 adalah linear.

4. Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil analisis regresi data kecepatan, kelincahan, dan percaya diri terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng. Terbagi atas 2 struktur, struktur pertama ada 2 hipotesis yaitu; hipotesis 1 pengaruh kecepatan(X_1) terhadap percaya diri (X_3) terlihat bahwa hasil perhitungan regresi diperoleh nilai t hitung (t_o) = -2,420 dan P- Value = 0,023 ($P < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima berarti ada pengaruh yang signifikan kecepatan terhadap percaya diri peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng.

hipotesis 2 pengaruh kelincahan (X_2) terhadap percaya diri (X_3) terlihat bahwa hasil perhitungan regresi diperoleh nilai t hitung (t_o) = -2,194 dan P- Value = 0,037 ($P < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima berarti ada pengaruh yang signifikan kelincahan terhadap percaya diri peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng. Besar nilai Square yang terdapat pada table *model Summary* adalah 0,525 hal ini menunjukkan bahwa sumbangan pengaruh X_1 dan X_2 terhadap X_3 adalah sebesar 52,5% sementara sisanya 47,4% merupakan kontribusi dari variabel-variabel lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian.

Selanjutnya struktur kedua, terdapat 3 hipotesis yaitu; hipotesis 3 pengaruh kecepatan (X_1) terhadap kemampuan menggiring bola (Y) terlihat bahwa hasil perhitungan regresi diperoleh nilai t hitung (t_o) = 2,851 dan P- Value = 0,008 ($P < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima berarti ada pengaruh yang

signifikan kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng.

Hipotesis 4 pengaruh Kelincahan (X2) terhadap kemampuan menggiring bola (Y) terlihat bahwa hasil perhitungan regresi diperoleh nilai t hitung (t_o) = 2,426 dan P - Value = 0,023 ($P < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima berarti ada pengaruh yang signifikan Kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng.

Hipotesis 5 pengaruh percaya diri (X3) terhadap kemampuan menggiring bola (Y) terlihat bahwa hasil perhitungan regresi diperoleh nilai t hitung (t_o) = -2,463 dan P - Value = 0,021 ($P < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima berarti ada pengaruh yang signifikan percaya diri terhadap kemampuan menggiring bola peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng. Besarnya nilai *R square* yang terdapat pada *table model summary* adalah sebesar 0,785 hal ini menunjukkan bahwa kontribusi X1, X2, dan X3 terhadap Y adalah sebesar 78,5% sementara sisanya merupakan kontribusi dari variabel-variabel lain yang tidak diteliti.

E. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diperoleh bahwa dari lima hipotesis yang diajukan terdapat pengaruh yang signifikan. Dengan kata lain ada tujuh hipotesis yang diterima dan signifikan. Untuk mengetahui bagaimana keadaan pengaruh antara variabel Kecepatan, Kelincahan, Percaya diri dan Kemampuan Menggiring bola dapat

dijabarkan sebagai berikut ;

Hipotesis pertama yaitu ada pengaruh langsung Kecepatan terhadap Percaya diri. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,023 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,23 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima. Hal ini menunjukkan bahwa, Kecepatan berpengaruh langsung terhadap percaya diri Peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng. Oleh karena itu sangat penting bagi seorang pemain dalam melakukan menggiring bola yang dikaitkan antara Kecepatan terhadap percaya diri. Dalam permainan sepak bola khususnya menggiring bola tentunya menggunakan berbagai komponen fisik seperti halnya kecepatan dengan menggiring bola dengan penglihatan tidak berpusat pada bola tetapi berpusat pada tantangan yang ada di depan apalagi ketika dikaitkan dengan Percaya diri maka akan lebih maksimal lagi dalam menggiring bola.

Hipotesis kedua yaitu ada pengaruh langsung kelincahan terhadap Percaya. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,037 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,037 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima. Hal ini menunjukkan bahwa, kelincahan berpengaruh langsung terhadap percaya diri. Jadi apabila seseorang memiliki Kelincahan yang baik berpengaruh Percaya diri yang baik maka dapat melakukan setiap aktifitas motorik. Oleh karena itu, sangat penting bagi seorang pemain untuk memiliki kelincahan yang baik,

khususnya kaitannya dengan Percaya diri yang memiliki peranan yang penting dalam permainan sepak bola.

Hipotesis ketiga yaitu ada pengaruh langsung Kecepatan terhadap Kemampuan Menggiring Bola. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,008 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,008 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima. Dengan kata lain, Kecepatan berpengaruh langsung terhadap Kemampuan Menggiring Bola. Hal ini memberikan sumbangan kepada individu untuk dapat tampil di berbagai keterampilan motorik. Artinya bahwa untuk dapat melakukan aktivitas dengan baik harus ditunjang dengan Kecepatan yang baik pula. Kecepatan hubungannya dengan Kemampuan Menggiring Bola sangat berpengaruh dalam olahraga khususnya dalam permainan sepak bola, karena setiap orang yang mempunyai Kecepatan yang baik tentunya dapat menunjang pada cabang olahraganya, dalam hal ini permainan sepakbola. Dilihat dari segi kondisi fisik, seseorang yang memiliki Kecepatan yang baik tentunya dapat menunjang dalam aktifitas olahraganya terkhusus pada saat menendang bola dalam permainan sepakbola. Karena seseorang yang memiliki Kecepatan yang baik, dapat dikatakan memiliki kemampuan menggiring bola yang sangat tepat dan cepat. Dalam permainan sepakbola, kecepatan diperlukan karena akan sangat menunjang untuk menguasai jalannya permainan, kecepatan merupakan dasar untuk mencapai keterampilan yang tinggi dalam

menggiring bola. Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola merupakan gerakan yang cukup kompleks karena keterampilan menggiring bola merupakan gabungan dari berbagai unsur seperti gerakan berlari, mengontrol, menyentuh bola serta melihat situasi di lapangan. Menggiring bola merupakan salah satu teknik membawa bola dengan kaki sambil berlari. Pemain juga dituntut untuk mengintegrasikan gerakan mendorong dan mengontrol bola serta gerakan berlari serta harus memiliki koordinasi mata-kaki dengan baik. Dengan mempunyai kecepatan yang baik, maka seorang pemain akan dapat melakukan menggiring dengan baik pula.

Hipotesis keempat yaitu ada pengaruh langsung Kelincahan terhadap Kemampuan Menggiring Bola. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,023 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,023 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima. Dengan kata lain, kelincahan berpengaruh langsung terhadap Kemampuan Menggiring Bola. Sehingga apabila ada seorang atlet yang memiliki kelincahan yang baik, tentunya akan memiliki Kemampuan Menggiring Bola yang baik pula. Pemain yang Kelincahannya tidak baik biasanya melakukan gerakan secara kaku, dengan ketegangan dan energi yang berlebihan sehingga gerakannya jadi tidak efisien. Menurut Halim Ichsan Nur (2011:123) mengatakan “kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah posisitubuh atau arah gerakan tubuh dengan cepat ketika sedang bergerak cepat tanpa

kehilangan keseimbangan atau kesadaran orientasi terhadap posisi tubuh..Dari pengertian ini dapat disimpulkan ketika seorang pemain memiliki kelincuhan yang baik maka kemampuan menggiring bolanya akan lebih maksimal.

Hipotesis kelima yaitu ada pengaruh langsung Percaya diri terhadap Kemampuan Menggiring Bola. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,021 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,021 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima. Dengan kata lain, Percaya diri berpengaruh langsung terhadap Kemampuan Menggiring bola. Sehingga apabila seseorang memiliki Percaya diri yang baik maka akan diikuti dengan kemampuan menggiring bola dengan baik.

Percaya diri merupakan salah satu pengukuran psikologi yang memiliki pengaruh terhadap kemampuan menggiring bola. Peranan percaya diri dalam menggiring bola sangatlah berpengaruh karena dalam menggiring dengan menggunakan percaya diri yang baik akan lebih efektif karena membuat seorang pemain sepak bola memiliki gerakan lebih efisien baik dalam mengontrol bolanya.

Menurut Kamaruddin dalam tesis Asdar Asis (2015: 28) bahwa “untuk menapai prestasi puncak siswa perlu memiliki kepercayaan diri, karena kepercayaan diri memiliki korelasi yang signifikan terhadap peningkatan performa siswa”

Salah satu modal utama dan syarat mutlak untuk mencapai prestasi olahraga yang gemilang adalah memiliki percaya diri (*self confidence* atau *confidence in oneself*). Secara sederhana percaya diri berarti rasa percaya terhadap kemampuan atau kesanggupan diri untuk mencapai prestasi tertentu menurut Hornby dalam Husdarta (2011: 92)

Keberhasilan dalam menggiring bola adalah dengan percaya diri, dimana sangat berpengaruh baik saat melewati lawan maupun saat melakukan gerakan manipulasi yang mengecoh lawan yang menghadang. Olehnya itu dengan Percaya diri yang baik maka keberhasilan dalam menggiring bola sangat baik. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, yang memperlihatkan adanya pengaruh kecepatan, kelincuhan dan percaya diri terhadap kemampuan menggiring bola, menjadi rujukan dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola.

F. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dengan perhitungan statistik dan hasil pengujian hipotesis serta dari pembahasan, maka hasil penelitian ini disimpulkan sebagai berikut: Ada pengaruh langsung Kecepatan terhadap percaya diri Peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng, ada pengaruh langsung kelincuhan terhadap percaya diri Peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng, ada pengaruh langsung kecepatan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

Peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng, ada pengaruh langsung Kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola Peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng, ada pengaruh langsung percaya diri terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola Peserta didik SMP Negeri 3 Watansoppeng.

2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka dikemukakan saran-saran sebagai berikut: Diharapkan kepada pelatih SMP Negeri 3 Watansoppeng agar dapat menentukan program latihan yang berkelanjutan guna untuk pencapaian prestasi yang maksimal dikancah regional, nasional maupun internasional bagi para pemainnya, dijadikan masukan dalam mengevaluasi, sehingga bagi atlet-atlet yang memiliki kemampuan yang dibawah standar dapat diberikan latihan tambahan demi mencapai kemampuan fisik yang masikmal, untuk bidang ilmu olahraga, dijadikan sebagai sumber pikiran sebagai penambahan cakrawala khususnya ilmu keolahragaan agar lebih luas dalam pengembangannya. Sebagai bahan tambahan ilmu pengetahuan bagi Peserta didik Pedididkan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, masyarakat serta pembaca, diharapkan penelitian ini mendapatkan kajian lebih lanjut agar dapat lebih memberikan pengaruh yang signifikan terhadap dunia ilmu keolahragaan dan pengembangan prestasi olahraga khususnya cabang olahraga

sepakbola secara maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Jannah, Mitakhul & Juriana. 2017. *Psikologi Olahraga Student Handbook*. Gowa: Edutama
- Mylsidayu, Apta & Kurniawa Febi. 2015. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta Bandung.
- Haddade, Ilyas dan Tola, Ismail. 1997. *Penuntun Mengajar Dan Melatih Sepak Bola*, Diklat, Ujung Pandang: FPOK IKIP Ujung Pandang.
- Halim Nur Ichsan. 2011. *Tes dan Kesegaran Jasmani*. Maskassar: Badan Penerbit UNM
- Hasan, Nur. 2007. *Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani*. Jakarta Depdiknas.
- Hidayat, Syarif. 2014. *Pelatihan Olahraga Teori dan Metodologi*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Husdarta. 2011. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Luxbacher, dalam sugeng, 1999. *Taktik dan tehnik bermain sepakbola* Jakarta PT Raya Grafindo Prasada.
- Ramli. 2015. *Diktat Dasar-Dasar Kepelatihan*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar

Sukadiyanto, Muluk, Dangsina. 2011

*Pengantar Teori dan
Metodologi Melatih Fisik.*

Bandung: Lulu Agung
Bandung.

Yasriuddin. 2017. *Tes dan
Pengukuran Olahraga.*

Makassar: Lembaga
Pengembangan Pendidikan
dan UPT Penerbitan dan
Percetakan UNM.

Widiastuti.2017. *Tes dan
Pengukuran Olahraga.*

Jakarta: PT. Raja Grafindo
Persada.